Как узнать, есть ли нарушения циркуляции энергии в теле или энергетический блок

1. На эмоциональном уровне

- ☐ **1.1** грусть, скука, чувство одиночества
- ☐ **1.2** чувство неуверенности в себе, страх будущего, страх что не справлюсь
- ☐ **1.3** тревога, беспокойство
- ☐ **1.4** гнев, чувство отвращения не принятия, человека или ситуации
- ☐ **1.5** стыд, стеснение

2. На уровне мыслей

- ☐ **2.1** мысль о том, что у меня это не получиться, я этого не достоин, меня ни кто не любит, я ни кому не нужна / не нужен, моя жизнь пустая
- ☐ **2.2** другие всегда имеют то, что хотят, но не я, другие не достаточно обо мне заботятся
- ☐ **2.3** жизнь опасна, ни кому доверять нельзя, нужно быть всегда на чеку
- ☐ **2.4** никому нет дела до того, что я делаю, с меня хватит

- [ ] **2.5** я не могу измениться в своей жизни

3. На физическом уровне

- [ ] **3.1** недостаточно энергии для действий, не доделываю дела до конца

- [ ] **3.2** быстро устаю, сонливость

- [ ] **3.3** суета в движениях, нетерпение, хвататься за все подряд, напряжения в теле

- [ ] **3.4** я скорее промолчу и уйду, чем буду выяснять отношения

- [ ] **3.5** частые головные боли, мигрени, болезни органов

Создано с помощью онлайн сервиса Чек-лист | Эксперт: https://checklists.expert

как это убрать?